



生き生きと暮らすための釜・大街道地区情報紙

わくわく通信

第13号

2024年9月

(次回12月発行)

発行：釜・大街道地区第2層協議体「わくわく会議」

協力：石巻市社会福祉協議会 TEL：24-8509

釜・大街道地区の保健推進員です。

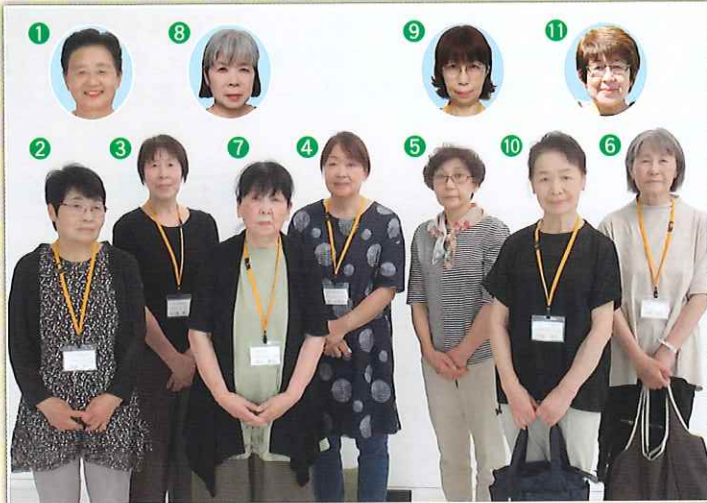
今号と次号の2回にわたってご紹介致します。

佐藤富貴子会長を初め18名で活動しております。

私達は、研修会で健診結果や栄養講話等を学び、学んだことを地域で普及啓発し、皆様方の保健衛生、健康を守り育てるために活動しています。全体研修会には一般の方も参加していただきました。

最近コロナが増えてきておりますので、うがい、換気、手指の消毒等も忘れないように、また熱中症に注意し、水分、塩分をとって体調に気をつけてお過ごしください。

保健推進員の任期は2年なので、ぜひ皆さんも体験してみませんか。よろしくお願致します。



- 1 佐藤富貴子【会長】(上大街道2)
- 2 黒須 洋子【副会長】(上大街道第1南・東部)
- 3 五十嵐靖子(下大街道1)
- 4 相沢ひろみ(双葉町1)
- 5 中村あや子(下大街道第2東)
- 6 中里 竹子(下大街道2西)
- 7 杉田 靖子(上大街道3)
- 8 佐藤 祐子(下大街道第4東)
- 9 高橋 礼子(下大街道第4西)
- 10 門脇 孝子(下大街道3)
- 11 石川 英子(上大街道第1南・東部)

「出張！ いろいろカフェ」のお知らせ

地域のみなさんが集まって楽しい時間が過ごせるように、淹れたてのコーヒーなど用意してお待ちしていますので、遊びに来てください。

当日は「健康講話と体操」をする予定なので、動きやすい服装でお越しください。

(日時) 9月27日(金)
10:00~11:30
(場所) 青葉会館

(日時) 10月10日(木)
10:00~11:30
(場所) 上大二会館



(主催) 石巻市山下地域包括支援センター ☎0225-96-2010

石巻市山下地域包括支援センターです

釜・大街道地域にお住まいの方の総合相談窓口です。高齢になっても、できるだけ住み慣れた場所で、その人らしく生活できるように、介護、福祉、医療、健康などの面から専門職が相談に応じています。



7月に来ました！
よろしくお願
致します。

■連絡先：0225-96-2010
■住所：石巻市山下町二丁目1-5
(介護老人保健施設 恵仁ホーム内)

集いの場情報

地域介護予防教室



二番谷地復興住宅

二番谷地復興住宅集会室において7月2日、山下地域包括支援センターの協力のもと、釜・大街道地区第2層協議体主催の地域介護予防教室が開催されました。参加者は団地の住民7名。健育会病院の理学療法士による熱中症対策の講話を聞き、棒を用いて体操をしました。大きな笑いが度々起こる中、「前は集まっていたけど最近は集まりがないから嬉しい」「この棒を使った体操いいね。家でも出来そう」などの声が聞かれました。介護予防だけでなく、久しぶりに顔を合わせ心も元気になる時間になりました。

三軒屋公園清掃活動



下釜三軒屋町内会

下釜三軒屋町内会では、毎年5～6回三軒屋公園の清掃活動を実施しています。今年度は5月から9月の第4日曜日、6時から約1時間かけて草取りやゴミ拾いを行います。

震災前三軒屋公園では、夏祭りなど色々な行事を行い地域に密着した公園として親しまれていました。しかし震災直後、広場は荒れ果て雑草が生い茂りしばらくの間は手のつけられない状態でした。「行政」の協力のもと(遊具の交換、土入れと整地)徐々に回復してきましたが、広い公園なので清掃活動は負担が大きく大変でした。それでも地域の子ども達が安全に楽しく遊ぶよう町内会役員が中心となり清掃活動を続けています。

大崎和雄町内会会長は「居心地の良いきれいな公園になるようこれからも取り組んでいきたい」と話していました。



町内ラジオ体操



上釜町内会

毎月1回第2日曜日の朝7時から上釜町内会ではラジオ体操を行っています。2022年の10月から始まり今年で2年目になりました。体を無理なく動かすことができるラジオ体操は子どもから、運動不足になりがちな高齢者まで気軽に参加でき、世代間交流をも兼ねる行事です。

7月14日は、上釜会館の駐車場に20人程が集まりラジオ体操第1と第2を行いました。参加した高齢者は「普段、体を動かす事が少ないので運動不足解消に良い。」と話していました。町内会の衰退が懸念されている昨今、上釜町内会では年間多くの行事を通じて地域住民の交流が盛んに行われています。



能登半島地震被災者支援『ボランティアバス派遣事業』

6月28日から2泊3日の日程で、石巻市、東松島市、女川町の住民19名と社協職員4名が石川県志賀町において、災害支援活動を行いました。今回、上釜町内会より3名の方が参加してくださいました。

活動日の29日は、依頼のあった個人宅を訪問、倒壊したブロック塀や屋根瓦などの搬出作業を行いました。訪問先の方は、「石巻からきてくれてありがとう」と涙を流し喜んでくださり、参加者の阿部和子さん、橋本信子さんは「13年前のありがとうを伝えられて良かった」と話されていました。また、阿部貞夫さんは「これからも自分たちに出来ることをしていきたい」と被災者の方へ想いを寄せてくださいました。いつどこで起きるか分からない災害。『出来るときに出来る人が出来る活動をする』そんなお互い様の活動が今後も広がっていくことを願っています。

